# MATERI PROMOSI DAN KONSELING KESEHATAN REPRODUKSI BAGI KELOMPOK KEGIATAN

BADAN KEPENDUDUKAN DAN
KELUARGA BERENCANA NASIONAL
2017

# Materi

## MATERI PROMOSI DAN KONSELING KESEHATAN REPRODUKSI BAGI KELOMPOK KEGIATAN

Direktorat Kesehatan Reproduksi
Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional
Copyright@2017

# Tim Penyusun

## Konsultan

dr. Bernie E. Medise, Sp.A(k), MPH

## Editor

Dr. Ir. Dwi Listyawardani, M.Sc, Dip.Com
Dra. Hitima Wardhani, MPH
Dra. Maryana, MM
Archipas S. La'Lang, SE, M. Kes
dr. Popy Irawati, MPH

## Kontributor

Witri Windrawati, SE
dr. Azora Ferolita, M.Kes
Dyah Pitaloka, S.Pd
Dewi Ariningrum Rusmiarti, SE, M.Si
Galuh Risyanti, SE
dr. Desi Lokitasari
Hidayat, SE
Yetri Susanti, SKM
Dewi Astuti, SKM
Sopano Yohanis Lubalu, SKM
Megawati, SKM
dr. Fath Nasyarah Galuhningtyas
dr. Raymond Nadeak
dr. Wiwit Ayu Wulandari
Hayati, AMD
Murni Manurung, SKM.
Sartana
Agustin Ayu Asmarawati, S.Psi
dr. Ratna Sari Widyastuti
dr. Umi Salamah
Niken Akhirini
Dini Desriani
dr. Mila Yusnita
Lilik Aryani F, MPH
Lidia Sampe Bulo, SE

ISBN 978-602-316-093-8

Puji syukur kita panjatkan kehadirat Tuhan Yang Maha Esa. Karena berkat rahmat, taufik dan hidayah – Nya, materi Promosi dan Konseling Kesehatan Reproduksi bagi Kelompok Kegiatan dalam program Kependudukan dan Keluarga Berencana dan Pembangunan Keluarga (KKBPK) dapat di selesaikan.

Buku ini dimaksudkan untuk menambah referensi bahan materi Komunikasi Informasi dan Edukasi (KIE) dan Komunikasi Inter Personal/ Konseling (KIP/K), diharapkan terlaksananya kegiatan promosi kesehatan reproduksi kepada para kader dikelompok kegiatan, keluarga dan masyarakat dengan tujuan semua pihak dapat memperoleh akses informasi dan promosi tentang kesehatan reproduksi secara lengkap, benar dan tepat sasarannya.

Buku materi ini diharapkan dapat memudahkan akses bagi pengguna, baik bagi jajaran petugas pelayanan kesehatan maupun petugas lainnya seperti PKB/PLKB, kader KB dan kader kelompok-kelompok kegiatan. Buku disesuaikan dengan kebutuhan masyarakat sehingga dapat di gunakan dengan sebaik-baiknya

Kami menyadari bahwa buku ini masih jauh dari sempurna, untuk itu saran-saran dan masukan untuk penyempurnaan buku ini sangat diharapkan dan sungguh kami hargai. Kami juga berharap buku materi ini dapat dimanfaatkan seoptimal mungkin bagi peningkatan kualitas kesehatan reproduksi di masyarakat.

Ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya kami sampaikan kepada semua pihak yang telah memberikan kontribusi dalam penyusunan buku ini.

Semoga Tuhan Yang Maha Esa selalu memberkati kita semua.

Jakarta,    November 2017
Direktur Kesehatan Reproduksi

**Dra. Maryana, MM**

Untuk mewujudkan penduduk tumbuh seimbang dan keluarga berkualiatas, Pemerintah telah menetapkan kebijakan penyelenggaraan Program keluarga berencana, sesuai dengan amanat Undang-Undang Nomor 52 tahun 2009 tentang Perkembangan Kependudukan dan Pembangunan Keluarga.

Kebijakan keluarga berencana tersebut dilaksanakan untuk membantu calon atau pasangan suami istri dalam mengambil keputusan dan mewujudkan hak-hak reproduksi secara bertanggung jawab menyangkut usia ideal perkawinan; usia ideal untuk melahirkan;jumlah ideal anak; jarak ideal kelahiran anak; dan penyuluhan kesehatan reproduksi.

Atas dasar tersebut, maka dikembangkan berbagai kebijakan strategis melalui upaya-upaya pendekatan siklus hidup manusia dengan memperluas konsep pemikiran Keluarga Berencana dan Kesehatan Reproduksi yang tidak hanya terfokus pada pelayanan kontrasepsinya saja, tetapi menempatkan peningkatan kualitas kesehatan bayi dan balita sesuai siklus hidup sebagai bagian dari peningkatan derajat kesehatan hidup manusia serta upaya pemenuhan hak-hak reproduksi.

Promosi dan konseling kesehatan reproduksi adalah suatu proses Komunikasi Interpersonal/Konseling (KIP/K) dan komunikasi. Informasi dan Edukasi sesuai dengan siklus hidup manusia, khususnya kesehatan reproduksi bagi balita.

Dengan adanya buku materi promosi dan konseling kesehatan reproduksi dalam program Kependudukan, Keluarga Berencana dan Pembangunan Keluarga (KKBPK) diharapkan upaya promosi, KIE dan KIP/Konseling Kesehatan Reproduksi dapat dilaksanakan lebih baik, dan memberikan inspirasi kepada semua pihak untuk dapat menggali lebih jauh berbagai hal yang menyangkut kesehatan reproduksi.

Jakarta, November 2017
Deputi Bidang Keluarga Berencana
Dan Kesehatan Reproduksi

**Dr. Ir. Dwi Listyawardani, M. Sc, Dip. Com**

# DAFTAR ISI

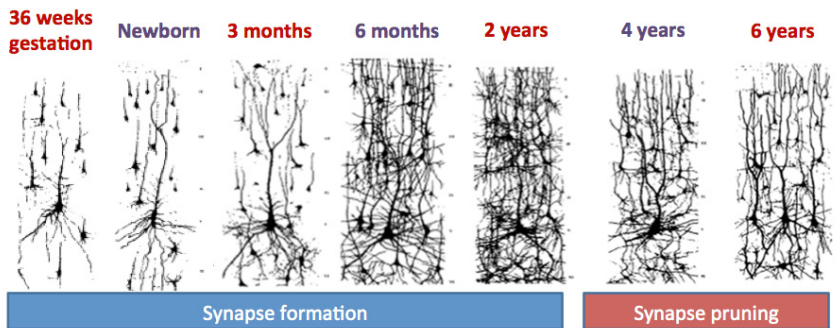
BAB I

# Seribu Hari Pertama Kehidupan (1000 HPK)

## 1 Apa yang dimaksud 1000 Hari Pertama Kehidupan (1000 HPK)?

1000 HPK adalah fase kehidupan yang dimulai sejak terbentuknya janin pada saat kehamilan (270 hari) sampai dengan anak berusia 2 tahun (730 hari). Pada periode inilah organ-organ vital (otak, hati, jantung, ginjal, tulang, tangan atau lengan, kaki dan organ tubuh lainnya) mulai terbentuk dan terus berkembang.

## 2 Mengapa 1000 HPK disebut sebagai periode emas?

1000 HPK disebut periode emas karena pada periode ini terjadi perkembangan yang sangat cepat sel-sel otak dan terjadi pertumbuhan serabut-serabut saraf dan cabang-cabangnya sehingga terbentuk jaringan saraf dan otak yang kompleks. Perkembangan otak ini hampir sempurna yaitu mencapai 80%, sehingga akan menentukan kualitas manusia dimasa depan.

Gambar : Perkembangan otak di awal kehidupan

## 3 Apa saja yang perlu diperhatikan dalam periode emas anak agar optimal?

### A. Asupan gizi

- **Masa kehamilan**
  Semua nutrisi yang didapat bayi berasal dari ibu. Bayi "memakan" apa yang dimakan ibu. Kebutuhan gizi akan meningkat pada fase kehamilan, khususnya energi, protein, beberapa vitamin dan mineral seperti zat besi, asam folat, kalsium, serta nutrisi lain untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan bayi.

Ibu hamil harus memperhatikan kualitas dan kuantitas makanan yang dikonsumsinya karena dapat menentukan kesehatan seumur hidup seorang anak – termasuk faktor pencetus terhadap penyakit tertentu. Ibu hamil sebaiknya memakan makanan yang beragam, bergizi seimbang dan aman.

- **Masa setelah kelahiran sampai dengan usia anak 2 tahun**
  a. Inisiasi Menyusu Dini (IMD);
  b. ASI Eksklusif hingga usia 6 bulan;
  c. ASI diteruskan hingga usia anak 2 tahun;
  d. Makanan Pendamping ASI (MPASI) sejak bayi berusia 6 bulan.

## B. Stimulasi

Stimulasi harus dilakukan secara terus menerus, dilakukan baik oleh orang tua maupun pengasuh, dalam suasana yang menyenangkan dan melibatkan sebanyak mungkin bentuk stimulasi. Stimulasi bisa berupa stimulasi visual (merangsang penglihatan anak dengan melakukan kontak mata, bermain dengan mainan berbagai warna), auditory (merangsang pendengaran dan bahasa anak dengan mengajaknya bicara), taktil (merangsang sensor raba seperti dengan membelai anak) dan lainnya.

## C. Pola pengasuhan

Dengan pola pengasuhan yang baik maka kebutuhan kesehatan dan gizi, kebutuhan kasih sayang dan kebutuhan stimulasi anak akan terpenuhi.

## D. Perawatan kesehatan

Anak yang sehat akan tercegah dari berbagai infeksi penyakit. Bila anak terkena infeksi akan mempengaruhi nafsu makan sehingga akan mengganggu pemenuhan gizi anak. Selain itu, untuk mencegah anak tertular penyakit infeksi, anak perlu diberikan imunisasi.

## 4 Apa saja manfaat asupan gizi bagi perkembangan janin selama masa kehamilan?

Asupan gizi selama masa kehamilan akan mempengaruhi dan menentukan perkembangan sel-sel otak janin. Apabila asupan gizi tidak mengandung zat-zat gizi yang dibutuhkan dan keadaan ini berlangsung lama akan menyebabkan perubahan metabolisme dalam otak, akibatnya terjadi ketidakmampuan otak untuk berfungsi normal. Dalam keadaan yang lebih berat, kekurangan asupan gizi dapat menyebabkan gangguan perkembangan otak, perkembangan motorik, sensorik dan pertumbuhan badan yang sehat serta pembentukan sistem kekebalan tubuh anak.

## 5 Apa yang dimaksud dengan Inisiasi Menyusu Dini (IMD)?

**IMD** adalah memberikan kesempatan bayi untuk memulai menyusu pada ibunya sendiri segera setelah lahir, dengan meletakkan bayi yang baru lahir di dada ibunya dan membiarkan bayi merayap dengan nalurinya sendiri mencari puting susu ibu untuk menyusu. IMD dilakukan setidaknya 1 jam atau lebih, sampai bayi selesai menyusu sendiri.

## 6 Apa itu kolustrum?

**Kolustrum** adalah Air Susu Ibu (ASI) pertama keluar yang berwarna kekuningan, dan diproduksi dalam beberapa hari setelah persalinan.

## 7 Apa saja kandungan dan kegunaan yang terdapat dalam kolustrum?

a. Zat antibodi : melindungi terhadap infeksi dan alergi
b. Banyak sel darah putih : melindungi terhadap infeksi
c. Pencahar : membersihkan mekonium (kotoran yang dihasilkan bayi selama dalam rahim), membantu mencegah bayi kuning/ ikterus.
d. Faktor-faktor pertumbuhan : membantu usus berkembang lebih matang dan mencegah alergi
e. Kaya vitamin A : Mengurangi keparahan infeksi dan mencegah penyakit mata.

## 8 Apa manfaat IMD untuk bayi?

a. Menurunkan angka kematian bayi karena hyporthermia (suhu badan rendah dibawah 35 derajat celsius) karena dada ibu dapat menghangati bayi dengan suhu yang tepat.
b. Bayi mendapatkan kolostrum yang kaya akan anti bodi, penting untuk perkembangan usus dan ketahanan bayi terhadap infeksi
c. Bayi akan terhindar dari bakteri meskipun tanpa dibersihkan maupun tak dilapisi pembungkus karena bayi akan memperoleh zat kekebalan dari ASI.

## 9 Apa manfaat IMD untuk ibu?

a. Ibu dan bayi menjadi lebih tenang.
b. Jalinan kasih sayang ibu dan bayi lebih baik.
c. Sentuhan, jilatan, usapan pada puting susu ibu akan merangsang pengeluaran Air Susu Ibu (ASI)
d. Membantu kontraksi rahim, mengurangi resiko perdarahan, dan mempercepat pelepasan plasenta (tali pusat bayi).

## 10 Apa yang dimaksud dengan ASI Eksklusif ?

**ASI Eksklusif** adalah pemberian ASI saja tanpa makanan dan minuman yang lain, termasuk air putih sampai bayi berusia 6 bulan. Obat-obatan diperbolehkan selama ada petunjuk dokter atau petugas kesehatan.

## 11 Mengapa ASI penting diberikan hingga usia 2 tahun?

Karena ASI tetap yang terbaik dan kaya nutrisi dibandingkan dengan susu formula, dalam ASI mengandung zat anti bodi yang bermanfaat bagi kekebalan tubuh dari serangan virus dan bakteri, serta dapat mencegah risiko alergi dan asma pada anak.

## 12 Jika ASI tidak diberikan?

Bayi sama sekali tak memperoleh Air Susu Ibu (ASI), pertumbuhannya bisa tetap optimal, selama pemberian sufor alias susu formulanya bagus.

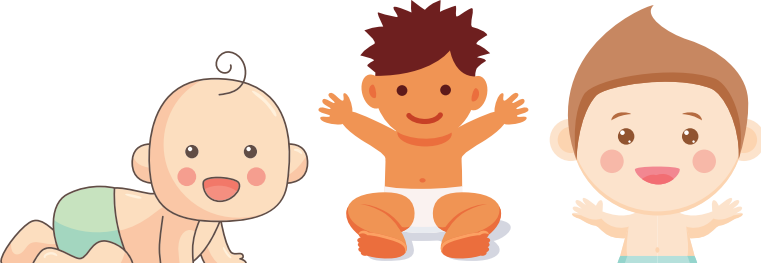
Sufor diberikan secara tepat, mulai dari takaran (tidak terlalu encer atau pekat), jumlah (sesuai kebutuhan sehingga anak tidak kegemukan atau kekurangan gizi), hingga teknis kombinasinya dengan makanan lain (jangan sampai anak tak mau makan dan diganti dengan minum susu yang sebanyak mungkin). Selain itu, sufor harus benar-benar higienis atau terjaga kebersihannya.

## 13 Apa yang perlu diperhatikan dalam pemberian MPASI?

a. Usia bayi sudah cukup aman (usia 6 bulan) untuk diberikan makanan;
b. Bayi sudah menunjukkan tanda kesiapan menerima makanan padat seperti kepala sudah tegak, refleks menelan sudah baik.
c. Frekuensi dan jumlah takaran pemberian, serta tekstur makanan sesuai usia bayi.

BAB II

# PERTUMBUHAN DAN PERKEMBANGAN BALITA

# A PERTUMBUHAN BALITA

## 1. Apakah yang dimaksud dengan pertumbuhan pada balita?

Pertumbuhan pada balita adalah proses bertambahnya ukuran berbagai organ fisik yang disebabkan karena adanya peningkatan ukuran dari masing-masing dari sel organ terkait.

## 2. Bagaimana tahap-tahap pertumbuhan pada balita?

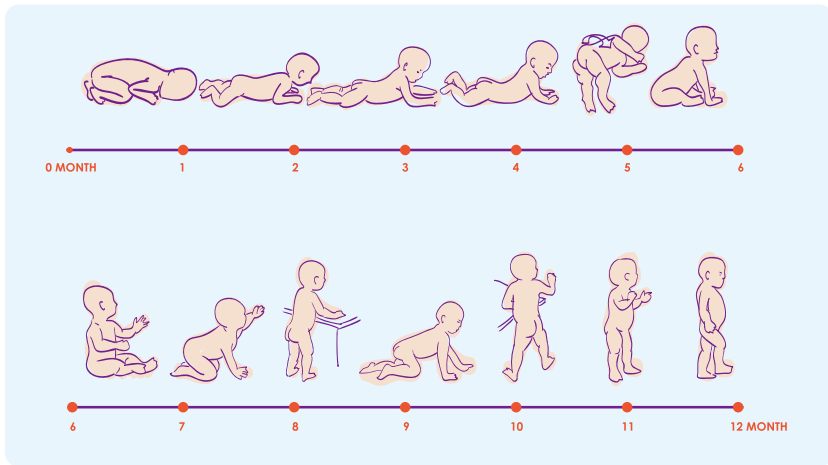
Tahap pertumbuhan pada balita dapat dilihat pada tabel berikut ini :

| USIA (BULAN) | BERAT BADAN | PANJANG / TINGGI BADAN | LINGKAR KEPALA |
|---|---|---|---|
| 1 | 3.2 - 5.6 kg | 50 - 58 cm | 33 - 39 cm |
| 2 | 4.0 - 6.6 kg | 53 - 61.5 cm | 35 - 40 cm |
| 3 | 4.6 - 7.5 kg | 56 - 64 cm | 36 - 42 cm |
| 4 | 5.1 - 8.2 kg | 58 - 66.5 cm | 37.5 - 43 cm |
| 5 | 5.5 - 8.7 kg | 60 - 68 cm | 39 - 44 cm |
| 6 | 5.8 - 9.2 kg | 61.5 - 70 cm | 40 - 46 cm |
| 7 | 6.1 - 9.6 kg | 63 - 72 cm | 40.5 - 46 cm |
| 8 | 6.3 - 10.0 kg | 64.5 - 73.5 cm | 41 - 46.5 cm |
| 9 | 6.5 - 10.4 kg | 65.5 - 75 cm | 41.5 - 47 cm |
| 10 | 6.8 - 10.8 kg | 67 - 76.5 cm | 42 - 47.5 cm |
| 11 | 7.0 - 11.0 kg | 68 - 78 cm | 42.5 - 48 cm |
| 12 | 7.2 - 11.3 kg | 69 - 79 cm | 43 - 48.5 cm |
| 15 | 7.6 - 12.2 kg | 72 - 83 cm | 44 - 49.5 cm |
| 18 | 8.2 - 13.0 kg | 75 - 86 cm | 44.5 - 50 cm |
| 24 | 9.2 - 14.6 kg | 80 - 92 cm | 45 -50.5 cm |

Tabel Pertumbuhan Balita

# B PERKEMBANGAN BALITA

## 1. Apakah yang dimaksud dengan perkembangan pada balita?

Perkembangan pada balita adalah proses menuju tercapainya kedewasaan, meliputi perubahan biologis dan psikologis.

Gambar: Perkembangan motor kasar pada usia 0 hingga 12 bulan

## 2. Faktor apasaja yang mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan pada balita?

Faktor yang mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan pada balita adalah sebagai berikut :

**a. Internal (Faktor dalam):**

- Genetik : gen mempengaruhi ciri dan sifat seorang anak, seperti bentuk tubuh, tinggi badan, wana kulit.

- Hormon : hormon merupakan zat yang berfungsi mengendalikan berbagai fungsi dalam tubuh. Pada masa pertumbuhan, diperlukan hormon pertumbuhan yang perannya mempengaruhi kecepatan pertumbuhan seorang anak. Seorang anak tidak akan tumbuh dengan normal jika kekurangan hormon pertumbuhan.

**b. Eksternal (Faktor Luar):**

- Nutrisi/makanan : makanan merupakan bahan baku dan sumber energi dalam metabolisme tubuh. Kualitas dan kuantitas makanan mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan pada anak, sehingga pada masa pertumbuhan harus cukup makanan yang bergizi seimbang.

- Stimulasi (rangsangan) dilakukan untuk merangsang kemampuan dasar anak agar dapat tumbuh dan berkembang secara optimal. Stimulasi ini dapat dilakukan oleh setiap orang yang berinteraksi dengan anak. Mulai dari ibu, ayah, pengasuh anak, dan anggota keluarga lainnya. Stimulasi pada anak meliputi setiap aspek perkembangannya yaitu: kemampuan motorik/gerak kasar, gerak halus, bicara dan bahasa serta sosialisasi dan kemandirian.

## 3. Bagaimana tahap perkembangan organ reproduksi balita?

**Perkembangan organ reproduksi balita:**

a. Biasanya anak perempuan dan laki-laki belum ada tanda yang dibedakan kecuali alat kelaminnya.
b. Bagian dada masih rata.
c. Bahu dan panggul masih sama besarnya.

**Beberapa tahapan perkembangan psikoseksual anak :**

a. **Masa oral (0 – 1 tahun)**

Ini merupakan tahap pertama perkembangan psikoseksual. Dimulai ketika bayi memperoleh dan merasakan kepuasan dan kenikmatan yang bersumber pada daerah mulutnya, saat dia menyusu ASI.

Bayi mendapatkan kepuasan tersendiri akibat adanya gesekan-gesekan di sekitar daerah mulut. Kepuasan ini selain diperoleh melalui menyusu, juga dapat dicapai dengan memasukkan benda yang ada di sekitarnya atau jarinya sendiri ke dalam mulutnya.

b. **Masa anal (1 – 3 tahun)**

Setelah masa oral, anak memindahkan pusat kenikmatan dari daerah mulut ke daerah anus (dubur). Rangsangan pada daerah anus ini berkaitan erat dengan kegiatan buang air besar, karena keduanya merupakan sumber kenikmatan.

Saat ini orangtua dapat menggunakan kata-kata yang tepat untuk mengenalkan organ tubuh anak. Dalam pengenalan organ tubuh pada anak dapat dengan cara : 1. Bisa melalui lagu ; 2. Bisa dengan cara bercerita; 3. Bisa dengan cara bermain tebak-tebakan; 4. Bisa melalui buku cerita/ bergambar, contohnya : melalui lagu anak-anak (dua mata saya)

c. **Masa phalik (3 – 5 tahun)**

Pada usia ini, sumber kenikmatan berpindah ke daerah kelamin. Akan tetapi, kepuasan seksual yang diperoleh pada tahap ini belum dihubungkan dengan tujuan pengembangan keturunan.

Pada masa ini anak mulai menaruh perhatian terhadap perbedaan anatomi antara laki-laki dan perempuan. Biasanya pada tahap ini tingkah laku yang menonjol pada anak laki-laki adalah mempermainkan alat kelaminnya, misalnya menarik alat kelamin. Adapun anak perempuan biasanya menggesek-gesekkan bagian luar alat kelaminnya pada guling atau bantal.

Menjelang usia 6 tahun, anak masuk tahap latent. Pada tahap ini aktivitas seksual seakan-akan tampak menghilang/tidak aktif. Perilaku-perilaku yang condong kepada seks tidak terlihat dan anak lebih suka melakukan aktivitas-aktivitas lain yang tidak bersifat seks, misalnya bermain dan sebagainya.

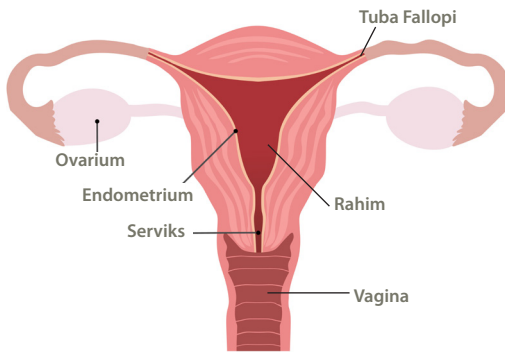
BAB III

# KESEHATAN REPRODUKSI BALITA

# A PENGENALAN ORGAN REPRODUKSI

## 1. Apa itu organ reproduksi?

Sistem reproduksi atau sistem genital adalah sistem organ seks dalam organisme yang bekerjasama untuk tujuan reproduksi seksual.

## 2. Gambar organ dalam reproduksi perempuan

## 3. Fungsi organ reproduksi Perempuan

### a. Vagina (liang senggama)

- Menghubungkan rahim dengan dunia luar.
- Panjang sekitar 6 – 9 cm.
- Sebagai jalan lahir, sarana dalam hubungan seksual dan untuk menyalurkan darah dan lendir saat menstruasi.

### b. Cervix (leher rahim)

- Bagian terbawah dari rahim yang berhubungan langsung dengan liang senggama.
- Melindungi bagian dalam rahim dari kuman.
- Memproduksi lendir untuk menjaga janin dari lingkungan luar.

**c. Uterus (rahim)**

- Organ berongga yang membentuk seperti buah pir dengan berat sekitar 30 gram (dewasa normal), dan tersusun oleh lapisan – lapisan otot.
- Tempat tumbuh dan berkembangnya janin.
- Otot pada rahim ini bersifat elastis sehingga bisa menyesuaikan dan menjaga janin ketika proses kehamilan selama 9 bulan.

**d. Tuba falopii (saluran telur)**

- Organ yang menghubungkan rahim dengan indung telur.
- Organ ini berjumlah dua, di kanan dan di kiri.
- Saluran bertemunya sel sperma dan sel telur pada proses pembuahan.

**e. Ovarium (indung telur)**

- Kelenjar reproduksi utama pada wanita yang mempunyai fungsi untuk menghasilkan sel telur dan penghasil hormon seks yaitu estrogen dan progesterone
- Terdapat sepasang indung telur yang terletak di kanan dan kiri, dan dihubungkan dengan rahim oleh saluran telur.

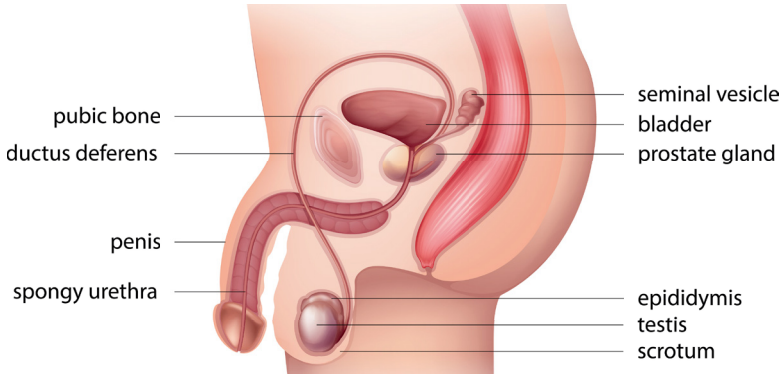
**f. Klitoris (kelentit)**

- Organ yang sangat sensitif terhadap rangsangan saat hubungan seksual, karena terdapat banyak persyarafan.
- Identik dengan penis pada laki-laki.

**g. Himen (selaput dara)**

- Merupakan selaput yang menutupi liang senggama.
- Ketebalan dan elastisitas berbeda pada setiap individu, sehingga tidak pada semua orang saat pertama berhubungan seksual akan berdarah.
- Memiliki lubang untuk keluarnya darah menstruasi

## 4. Organ reproduksi pria

Fungsi organ reproduksi pria :

a. **Penis** berfungsi
untuk menyalurkan dan menyemprotkan sperma saat ejakulasi.

**b. Skrotum (kantung zakar)**

- Tempat buah zakar.
- Berfungsi untuk melindungi buah zakar dari trauma atau suhu.

**c. Testis (buah zakar)**

- Normalnya sepasang (2 buah).
- Berfungsi Memproduksi sperma dan tempat memproduksi hormon pria (testosteron).

**d. Vas deferens (saluran sperma)**

- Tempat menyimpan sebagian dari sperma sebelum dikeluarkan.
- Berfungsi untuk menyalurkan sperma dari epididymis ke kantung mani.

**e. Vesikula seminaris (kantung mani)**

- Kantung yang memproduksi cairan untuk membentuk air mani.
- Terdiri dari 2 buah.

**f. Kelenjar Prostat**

- Memproduksi cairan encer yang berwarna putih menyerupai susu hingga keabu-abuan dan akan bersatu dengan cairan mani pada saat ejakulasi.

**g. Urethra (saluran kemih)**

- Saluran yang menghubungkan kantung kemih ke lingkungan luar tubuh.
- Saluran kemih berfungsi sebagai saluran pembuang baik pada sistem kemih atau ekskresi dan sistem seksual.
- Pada pria, berfungsi juga dalam sistem reproduksi sebagai saluran pengeluaran sperma dan air mani.

**h. Epididymis (tempat pematangan sperma)**

- Saluran yang bergulung yang terletak di belakang setiap buah zakar;
- Berperan dalam mengumpulkan dan menyimpan sperma sebelum ejakulasi sewaktu berhubungan seksual dan sebagai tempat pematangan sperma.

# B PENGENALAN BEBERAPA KELAINAN DARI ORGAN REPRODUKSI

## 1. Kelainan atau Penyakit Kelamin pada Anak Laki-laki

### a. Mikropenis (Penis kecil)

- Pertumbuhan penis lebih kecil daripada yang seharusnya, apabila panjang penis kurang dari rentang rata-rata ukuran penis laki-laki normal pada usia tertentu.

- Acuan ukuran yang dapat dipakai adalah apabila ukuran penis kurang atau lebih kecih dari -2,5 SD (standard deviation) dari ukuran penis sesuai usianya. Bila meragukan apakah terdapat mikropenis atau tidak sebaiknya anak segera dibawa ke dokter terdekat.

### b. Fimosis (Lubang kulit kulup sempit)

- Kelainan berupa kulit kulup yang terlalu ketat dan tidak dapat ditarik ke bawah. Sehingga kulit kulup melekat pada kepala penis.

- Ditandai dengan kebiasaan menangis kesakitan ketika buang air kecil dikarenakan lubang kulupnya sangat kecil.

- Untuk mengatasinya, kadang diperlukan tindakan sunat.

### c. Epispadia atau Hipospadia (Kelainan letak lubang kencing)

- Lubang kencing yang tidak pada posisinya, bisa terletak di mana saja di sepanjang batang penis, apabila di bawah dinamakan hipospadia, jika di atas dinamakan epispadia.

- Orang tua dapat menandai, air kencing yang dikeluarkan anak tidak berasal dari tempat yang semestinya.

- Penanganan kasus ini dikonsultasikan kepada dokter spesialis bedah anak.

### d. Hidrokel (Cairan dalam kantung zakar)

- Terdapatnya cairan didalam kantung zakar, bisa pada satu kantung zakar ataupun keduanya.
- Dapat disebabkan karena adanya gangguan distribusi cairan pada pembuluh darah balik yang terdapat dalam kantung zakar.
- Umumnya hidrokel tidak memberikan gejala, hanya tampak kantung zakar dengan ukuran yang lebih besar dibandingkan ukuran normalnya.
- Dapat terjadi pada bayi-bayi yang baru lahir dan dapat terserap dengan sendirinya maksimal sampai usia 12 bulan.
- Bila hidrokel menetap sampai usia12 bulan, sebaiknya dilakukan tindakan medis berupa pembedahan.

**e. Undencensus testis (Testis terlambat turun)**

- Adalah apabila testis tidak/terlambat turun ke kantongnya, ditandai dengan tidak adanya satu atau kedua testis dalam skrotum.
- Normalnya kedua testis akan turun ke dalam kantung zakar.
- Ditunggu dengan rentang waktu toleransi sekitar 3-6 bulan, jika tidak turun perlu penanganan lebih lanjut.

**f. Hermaphrodit (Kelamin ganda)**

- Kelainan genetik dimana anak tersebut memiliki 2 jenis alat kelamin atau dapat pula ditandai dengan penis kecil sehingga tampak seperti klitoris, sementara skrotumnya sering disangka sebagai bibir vagina (labia).
- Sering juga disebut bingung kelamin (ambiguous genitalia)
- Jika menemukan hal tersebut, agar orang tua segera berkonsultasi ke dokter.

**g. Hernia pada anak laki – laki**

- Hernia adalah turunnya usus akibat lemahnya selaput atau ligamen.
- Hernia dapat ditandai adanya benjolan pada umbilikus (pusar) dan dikenal hernia umbilicus atau pada lipatan paha dikenal dengan hernia inguinalis maupun pada kantong buah zakar yang disebut hernia skrotalis.
- Perlu dilakukan operasi guna mengembalikan posisi usus yang masuk ke kantong buah zakar (skrotum) tadi.

**h. Infeksi Saluran Kemih (ISK)**

- Infeksi yang terjadi pada ginjal dan saluran kemih akibat adanya bakteri di dalam air kencing dengan jumlah tertentu.

- Gejala yang timbul dapat berupa nyeri saat buang air kecil (kencing), sering kencing, air kencing yang keluar sedikit dan terasa nyeri. Dapat disertai nyeri perut, nyeri pinggang dan demam.

- Tetapi sering pula tanpa keluhan sama sekali.

## 2. Penyakit Kelamin pada Anak Perempuan

**a. Lekorrhea (Keputihan)**

- Keputihan adalah semua cairan yang keluar dari vagina selain darah.

- Dalam keadaan normal, keputihan berwarna jernih dan tidak berbau, serta agak lengket.

- Pada keadaan tidak normal, keputihan dapat berwarna kuning, cokelat, kehijauan, bahkan kemerahan. Bau yang ditimbulkan bisa asam, amis, atau bahkan busuk. Cairannya bisa cair atau putih kental. Kondisi ini dapat disebabkan bakteri ataupun jamur.

**b. Infeksi Saluran Kemih (ISK)**

- Infeksi yang terjadi pada ginjal dan saluran kemih akibat adanya bakteri di dalam air kencing dengan jumlah tertentu.
- Gejala yang timbul dapat berupa nyeri saat buang air kecil (kencing), sering kencing, air kencing yang keluar sedikit dan terasa nyeri. Dapat disertai nyeri perut, nyeri pinggang dan demam.
- Tetapi sering pula tanpa keluhan sama sekali.

**c. Hernia pada anak perempuan**

- Turunnya usus akibat jaringan ikat tipis yang lemah hingga menonjol sampai vagina, dapat terlihat pada anak saat menangis atau saat buang air besar atau buang air kecil.

- Penanganan dengan operasi.

## C PROMOTIF DAN PREVENTIF

### 1. Cara Membersihkan Alat Kelamin Pada Anak

Merawat kebersihan kelamin salah satu dalam pendidikan seksual yang penting di ketahui anak, beberapa cara merawat kebersihan alat kelamin yang diajarkan kepada anak:

a. Cukup gunakan sedikit sabun dan air bersih ketika membersihkan. Bersihkan setiap kali buang air kecil ataupun buang air besar.

b. Untuk anak perempuan, cara membersihkan yang tepat yakni bersihkan alat kelamin dari bagian depan ke bagian belakang. Hal ini bertujuan untuk mencegah berpindahnya bakteri atau bibit penyakit yang ada di anus ke bagian kelamin yang nantinya dapat menimbulkan infeksi. Pastikan juga lipatan-lipatan di daerah sekitar alat kelamin di cuci bersih setiap buang air kecil.

c. Untuk anak laki-laki yang belum di khitan (disunat), bersihkan bagian kelamin yang masih diliputi kulit penutup (kulup) di bagian ujung kelamin, dengan cara menarik kulit kulup ke arah pangkal hingga kepala penis terlihat. Daerah tersebut rentan terdapat kotoran berwarna putih yang jika tidak di bersihkan dapat menimbulkan bau tidak sedap, bahkan bisa terkena infeksi.

d. Keringkan daerah kelamin setiap kali habis di bersihkan setelah buang air kecil atau buang air besar agar terhindar dari kelembapan yang dapat menimbulkan jamur.

e. Ganti pakaian dalam secara rutin minimal dua kali sehari atau ketika sudah basah atau terkena bercak kotoran. Hindari pemakaian pakaian dalam yang terlalu ketat karena membuat peredaran darah di sekitarnya menjadi tidak lancar.

f. Jangan pernah menyemprotkan pengharum ke bagian alat kelamin karena bahan yang terkandung didalamnya sangat berbahaya dan dapat menimbulkan infeksi.

g. Sunat (sirkumsisi)

- Hanya pada anak laki-laki
- Tindakan memotong atau menghilangkan sebagian atau seluruh kulit penutup depan penis (kulup) atau preputium
- Bertujuan untuk membersihkan dari berbagai kotoran penyebab penyakit yang mungkin melekat pada ujung penis yang masih ada preputiumnya.

## 2. Cara mencegah pelecehan seksual pada anak

Berikut beberapa langkah yang bisa Anda lakukan untuk mencegah terjadinya kekerasan seksual pada anak Anda: Berikan anak pakaian yang sopan;

a. Tanamkan kepada diri anak bahwa dirinya sangat berharga sehingga harus dijaga dengan baik

b. Tanamkan rasa malu sejak dini dan ajarkan anak untuk tidak membuka baju di tempat terbuka, juga tidak buang air kecil selain di kamar mandi

c. Tanamkan pada anak bahwa tubuh adalah milik pribadi yang berharga

d. Tidak semua orang boleh menyentuh bagian pribadi seperti alat kelamin dan dada kecuali pada kondisi tertentu seperti saat diperiksa dokter dan didamping orang tua, ada 4 titik sentuh yang terlarang diantaranya : mulut, dada, pantat dan kemaluan

e. Kenalkan anak dengan “sentuhan boleh” dan “sentuhan tidak boleh”

f. Jangan membiarkan orang lain menyentuh bagian tubuh yang tertutup kaos dalam dan celana dalam.

g. Jauhkan anak dari tayangan pornografi baik film atau iklan

h. Ketahui dengan siapa anak menghabiskan waktu dan temani ia saat bermain bersama teman-temannya

i. Jangan membiarkan anak menghabiskan waktu di tempat-tempat terpencil dengan orang dewasa lain atau anak laki-laki yang lebih tua

j. Jika menggunakan pengasuh, rencanakan untuk mengunjungi pengasuh anak tanpa pemberitahuan terlebih dahulu

k. Beritahu anak agar jangan berbicara atau menerima pemberian dari orang yang tidak dikenal

l. Dukung anak jika ia menolak dipeluk atau dicium seseorang (walaupun masih keluarga), jelaskan kepada orang bersangkutan bahwa anak sedang merasa tidak nyaman. Dengan begitu anak belajar bahwa ia berwenang atas tubuhnya sendiri

m. Dengarkan ketika anak berusaha memberitahu sesuatu, terutama ketika ia terlihat sulit untuk menyampaikan hal tersebut

n. Berikan anak waktu yang cukup sehingga anak tidak akan mencari perhatian dari orang dewasa lain

o. Hilangkan perasaan bersalah, malu atau takut pada anak jika harus berkata tidak dan melaporkan seseorang yang

memaksa dan melecehkannya. Yakinkan anak bahwa bukan salahnya jika ada yang melakukan pelecehan terhadapnya. Hal ini bisa menangkal senjata utama para pelaku pelecehan, yaitu berusaha membuat anak merasa bersalah, malu atau takut

p. Orang tua harus jeli melihat tanda kekerasan pada anak

q. Ajari anak berkata “tidak” pada setiap ajakan mengarah ke kekerasan seksual.

Gambar : Stop ! Pelecehan seksual pada anak

## Serba – Serbi Mitos dan Fakta Seputar Bayi dan Balita

| Mitos (x) | Fakta (√) |
|---|---|
| ASI pertama (kolostrum) adalah ASI basi yang harus dibuang. | Kolostrum harus diberikan pada bayi karena memiliki antibodi yang dapat meningkatkan kekebalan tubuh. |
| Tidak perlu khawatir jika anak anda mengalami keterlambatan bicara, nanti ia pasti akan bisa bicara dengan sendirinya seiring dengan bertambahnya usia. | Orang tua perlu segera mengambil tindakan jika melihat tanda-tanda keterlambatan bicara pada si kecil, dan sangat penting untuk mengetahui apa saja tanda-tanda keterlambatan bicara pada anak. |
| Balita sering memegang alat kelaminnya dianggap melakukan hal yang tabu dan tidak wajar. | Pada usia tertentu balita mengalami fase genital, sehingga sering memegang alat kelaminya. Namun, orang tua harus mengalihkan perilaku tersebut jika menjadi kebiasaan yang berlanjut. |

| Mitos (x) | Fakta (√) |
|---|---|
| Jika anak rewel saat diberi ASI artinya ASI sedikit dan harus di ganti susu botol | ASI diproduksi sesuai dengan hisapan si bayi, jadi banyak atau sedikitnya ASI ditentukan oleh bayi itu sendiri. Bayi yang banyak minum ASI akan membuat produksi ASI meningkat. Tidak ada istilah ASI sedikit |
| Sunat pada perempuan supaya ketika dewasa, tidak memiliki libido tinggi | Sunat pada wanita dilakukan dengan menorehkan ujung pisau pada klitoris. Tindakan ini tidak dikenal dalam dunia medis. Tidak ada indikasi medis untuk mendasarinya. Secara medis, sunat perempuan tidak memiliki manfaat apa pun. Hal ini berbeda dengan sunat laki-laki, yang memiliki manfaat menurunkan risiko infeksi. |

| Mitos (x) | Fakta (√) |
|---|---|
| Menaburkan bedak pada daerah kelamin bayi dan balita usai mandi atau berganti popok. | Jika ingin membedaki lipatan kulit di sekitar paha, sebaiknya tutupi alat kelamin bayi dan balita Anda dengan tangan agar tidak ada serbuk bedak yang masuk. Sebab, serbuk bedak itu merupakan benda asing yang dapat menimbulkan keputihan. Jika bayi buang air besar,jangan hanya dibersihkan dengan menggunakan tisu atau kapas basah. Biasakanlah menggunakan air bersih yang mengalir dengan menggunakan sabun bayi. Setelah itu, keringkan dengan handuk, beri bedak di sekitar lipatan paha agar bayi nyaman dan bersih. |

| Mitos (x) | Fakta (√) |
|---|---|
| Membedong bayi dengan kuat dapat memperkuat kaki atau membuat struktur kaki bayi menjadi lurus. | Tidak ada hubungannya antara membedong dengan kekuatan atau struktur kaki bayi. Membedong bayi dengan ikatan yang terlalu kuat/kencang akan menghambat perkembangan motorik pada bayi. Membedong yang baik adalah tidak mengikat dengan kuat/kencang karena hanya bertujuan untuk memberi rasa hangat pada bayi. |
| Diare  tanda bayi bertambah pintar | Tidak ada hubungan antara diare dengan kepintaran seorang anak. Bayi memang rentan mengalami diare yang disebabkan karena bakteri, alergi susu, atau keracunan makanan. |
| ASI eksklusif berarti tidak boleh memberikan susu formula sedangkan yang lainnya boleh seperti sari buah dan yang lainnya | ASI Ekslusif memang hanya memberikan ASI saja, yang lain tidak. |

| Mitos (x) | Fakta (√) |
|---|---|
| Bayi yang diberi empeng akan cepat bicara | Tidak ada pengaruh pemberi empeng dengan kecepatan bicara. Pemberi empeng dapet membuat pertumbuhan gigi menjadi tonggos. |
| Payudara yang "Lembek" adalah payudara yang tidak ada ASInya | Payudara "Lembek" adalah tanda pengeluaran ASI (baik menyusui dan memerah) lancar, payudara yang keras justru menandakan pengeluaran ASI nya tidak lancar |
| Ibu menyusui harus makan daun katuk atau pare agar ASInya deras | Ibu bisa makan apapun yang dia sukai. Kalau ibu menikmati apa yang bisa dimakan, ASI nya akan deras karena hati ibu merasa senang |

# DAFTAR PUSTAKA

1. Buku Materi Promosi dan Konseling Kesehatan Reproduksi, Ditkespro, BKKBN 2016.

2. Petunjuk Pelaksanaan Konseling Kesehatan Reproduksi, Ditkespro, BKKBN 2013

3. Panduan Teknis Pembinaan dan Fasilitasi Promosi dan Konseling Kesehatan Reproduksi di Fasilitas Kesehatan dan Kelompok kegiatan, Ditkespro, BKKBN 2016

4. Petunjuk Pelaksanaan Kegiatan Direktorat Kesehatan Reproduksi, Ditkespro, BKKBN 2011

5. Pediatrics in Review Vol.31 No.7 July 2010

6. Buku SDIDTK 2017

7. Modul Pelatihan Konseling Menyusui Standar WHO, Perinasia 2007.

8. Buku Pendidikan Kedokteran Berkelanjutan (PKB) Ilmu Kesehatan Anak XVII (Fakultas Kedokteran Universitas Udayana).

9. Menjadi Orangtua Hebat dalam Mengasuh Anak, BKKBN 2014.

ISBN 978-602-316-093-8

**DIREKTORAT KESEHATAN REPRODUKSI**
Jalan Permata No. 1 Halim Perdanakusuma
Gedung Halim 2 Lt. 2
Telp. (021) 809 8018 Ext. 641 • Email : Ditkespro@gmail.com